

ШАГИВАЛЕЕВА
Гузалия Расиховна

ОДИНОЧЕСТВО
И ОСОБЕННОСТИ ЕГО ПЕРЕЖИВАНИЯ
СТУДЕНТАМИ ССУЗ

19.00.05. - социальная психология

Автореферат

диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Казань
2003

**Работа выполнена в лаборатории психологии
Института среднего профессионального образования
Российской академии образования**

Научный руководитель - доктор психологических наук
АЛИШЕВ Булат Салямович

Официальные оппоненты: доктор психологических наук,
профессор
РОГОВ Михаил Георгиевич;

кандидат психологических наук,
доцент
КОЛПАКОВА Людмила Михайловна

Ведущее учреждение - Удмуртский государственный
университет

Защита диссертации состоится «24» июня 2003 г. в 10.00 часов на заседании диссертационного совета Д 008.012.01 по защите диссертаций на соискание ученой степени доктора педагогических наук и доктора психологических наук в Институте среднего профессионального образования Российской академии образования (420039, г. Казань, ул. Исаева, д. 12).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Института среднего профессионального образования РАО

Автореферат разослан «22» мая 2003 г.

НАУЧНАЯ БИБЛИОТЕКА КГУ



0000114165

Ученый секретарь
Диссертационного совета
доктор педагогических наук,
профессор

Трегубова Т.М.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Одиночество человека - сложная проблема, обусловленная социальными, психологическими, экономическими, культурными факторами. Многие годы поддерживался тезис о том, что одиночество - неизменный спутник отчуждения - присуще только западному, капиталистическому миру, а в социалистическом обществе в силу его гуманистического характера одиночества быть не может. Тезис этот, однако, расходился с действительностью. Проблема одиночества, безусловно, существовала, т.к., во-первых, социально-экономические условия, хотя и играют важную роль, само по себе не способны устранить из жизни человека все проблемы, а, во-вторых, социализм вовсе не так идеален, каким его старались показать.

Тем не менее, мы должны констатировать, что социально-экономические и идеологические процессы, которые происходили в России на протяжении последних полутора десятилетий, резко обострили вопросы адаптации личности к новым условиям, проблемы ее самореализации, практического выживания в сложном мире. Факт состоит в том, что общество, основанное на рыночной экономике, создает больше возможностей для самореализации и самовыражения личности, предоставляет ей большую свободу, но оно же требует от нее большей самостоятельности и инициативности, готовности к постоянной конкуренции. Достаточно быстрый и глобальный (в масштабах огромной страны) переход от одного жизненного уклада к другому не может не порождать ощущение потерянности, брошенности, отчужденности у большого количества людей.

Достаточно распространенным является мнение, что проблема одиночества более актуальна для людей старших возрастных групп. Действительно, именно им сложно изменять привычные социальные стереотипы. Но современная социальная ситуация такова, что по ряду причин сильный пресс испытывает и молодежь. Основными причинами являются следующие: 1) нарушение связи между поколениями в семье, что, в свою очередь, может быть обусловлено материальным неблагополучием семьи, увеличением рабочего времени родителей, их алкоголизмом и криминальным поведением и т.д.; 2) разрушение системы организации досуга детей и молодежи, особенно по месту жительства, которая и ранее была далека от совершенства, а теперь отсутствует практически полностью; 3) сложность трудоустройства в соответствии с полученным образованием и квалификацией, вследствие чего значительная часть молодежи вынуждена работать временно или вообще без юридического оформления на работу, что ста-

новится причиной постоянной тревоги и напряженности, лишает постоянного круга общения; 4) уменьшение числа заключаемых браков и увеличение среднего возраста вступления в первый брак, что связано и с общей демографической ситуацией в стране, и с экономическими проблемами молодых семей, в частности, с высокими ценами на жилье.

В социологии и социальной психологии достаточно разработанной является проблема одиночества в пожилом возрасте. В настоящее время в зону социального риска, вызываемого отчуждением, оказались включенными подростки и молодежь. Анализ сложившейся ситуации показывает, что в молодежной среде наблюдается рост негативных социально-психологических явлений, таких, как: неуверенность в завтрашнем дне, увеличение стрессовых ситуаций, нарушение межличностных отношений, отчаяние, одиночество.

Испытываемые подростками и молодыми людьми негативные переживания влияют на процесс социализации и формирования личности, становятся одной из основных причин их социальной дезадаптации. Ощущение собственного одиночества нередко приводит к формированию нигилистического отношения личности к обществу, к развитию у нее форм поведения, направленных на сопротивление с ним или «уход» от него: криминальные и экстремистские действия, алкоголизм, наркомания и др.

Вместе с тем, нельзя забывать о том, что люди испытывают определенную потребность в одиночестве. Это касается не только лиц с развитыми творческими способностями: писателей, поэтов, художников, ученых и т.д., но и обычных людей, не обладающих выраженными талантами. Хорошо известно, что в развитии личности наступает период (подростковый возраст), когда потребность в одиночестве актуализируется: человек начинает испытывать необходимость в том, чтобы побыть одному, наедине со своими мыслями и переживаниями. Отсутствие возможностей и условий для ее удовлетворения также может вызывать негативные последствия.

В связи с этим, проблема одиночества и его переживания в подростковом и юношеском возрасте является далеко неоднозначной. Практическая актуальность разработки различных ее аспектов выходит за пределы собственно психологии так же, как за ее пределы выходят пути и способы преодоления одиночества. Однако именно психология и, прежде всего, социальная психология является той наукой, в рамках которой проблема одиночества может быть наиболее полно исследована и определены основные направления ее решения.

Особенно очевидным это становится тогда, когда речь заходит о решении проблемы применительно к конкретной личности. Как

мы уже указывали, человек может чувствовать себя одиноким (либо, напротив, остро ощущать недостаток одиночества) при любых социально-экономических и материальных условиях жизни. Дело в том, что, если даже допустить возможность построения идеального общества, способного гарантировать свободу и социальную защищенность каждой личности в любой период ее жизни, личные проблемы людей, связанные с особенностями их характера и отношениями с другими людьми, не исчезнут. В этом смысле проблема одиночества во всех своих аспектах оказывается сугубо социально-психологической.

Традиционно проблема одиночества в течение длительного времени привлекала внимание таких философов, как: А. Камю, С. Кьеркегор, Ф. Ницше, Х. Ортега-и-Гассет, Ж.-П. Сартр, М. Хайдеггер, А. Шопенгауэр и др. Кроме того, она нашла разносторонне отражение в литературных произведениях Ф. М. Достоевского, Э. Канетти, Ф. Кафки, Д. Конрада, М. Ю. Лермонтова, Г. Мелвилла, и множества других писателей/

В трудах А. Маслоу, К. Роджерса, Х. С. Салливана, З. Фрейда, Э. Фромма, К. Хорни, Э. Эриксона, К. Г. Юнга были рассмотрены отдельные психологические предпосылки возникновения проблемы одиночества в личностном плане и предложены психотерапевтические пути ее решения. В исследованиях К. А. Андерсона и Л. М. Хоровица, Р. Вейса, Дж. Де Джонг-Гирвельд и Д. Раадшелдерс, Т. Б. Джонсона и У. А. Садлера, К. И. Кутрона, М. Мицели и Б. Мораша, Л. Э. Пепло, М. Э. Селигмана, Ф. Фромм-Рейхман, Дж. И. Янга и др. показано сложное содержание феномена одиночества, акцентируется внимание на его причинах, связанных как с типичными ситуациями жизни, так и с характером личности.

В отечественной науке интересующая нас проблема рассматривалась в работах В. Г. Асеева, А. А. Бодалева, Е. В. Бондаревской, Б. С. Гершунского, Е. И. Головахи и Н. В. Паниной, Н. И. Гуткиной, Я. Л. Коломинского, И. С. Кона, Л. И. Кононова, Ю. М. Орлова, Н. А. Рождественской, В. Ф. Сафиной, Е. Т. Соколовой, Д. И. Фельдштейна и др. Указанные авторы изучали ее в отношении именно к лицам подросткового и юношеского возраста, уделяя внимание социальным и психологическим причинам, вызывающим чувство одиночества у молодых людей, а также его последствиям в процессе формирования личности.

Однако проблема одиночества, является одним из наименее изученных психологических явлений, о чем свидетельствует отсутствие упоминания о ней в большинстве учебников по психологии и психиатрии. Мало проведено эмпирических исследований данной проблемы. Так, в современной науке не полностью раскрыты социально-психологические и педагогические причи-

ны возникновения одиночества. Вне поля зрения исследователей остаются вопросы влияния педагогов на формирование психолого-педагогической культуры родителей в аспекте профилактики негативного одиночества и предрасположенности к нему детей, подростков и молодежи.

Особо следует отметить, что даже авторы, обращающиеся к анализу одиночества, считают, **что** это исключительно негативное явление, и мало обращают внимание на положительные стороны одиночества. Мы считаем, что такой односторонний подход не оправдан. Научная объективность требует, чтобы явление было рассмотрено в совокупности различных своих сторон. Иными словами, одиночество нельзя сводить к психическому состоянию с отрицательной модальностью переживаний. Это гораздо более сложный феномен, связанный с взаимодействием и взаимоотношениями человека с окружающей природной и социальной действительностью, приводящий к возникновению разнообразных психических состояний и переживаний.

Таким образом: 1) изучение форм переживания одиночества имеет практическую актуальность, поскольку эти переживания влияют на эффективность деятельности человека, а в молодом возрасте на формирование его личности; 2) в современной науке недостаточно теоретических и практических исследований, которые позволили бы составить достаточное полное представление об особенностях переживания одиночества юношами и девушками.

Выше сказанное позволяет сформулировать следующую научную **проблему**: как современная молодежь, в частности, студенты средних специальных учебных заведений (ССУЗ), воспринимает одиночество и переживает его; какие личностные особенности и каким образом влияют на модальность переживания одиночества?

Цель исследования заключается в выявлении особенностей восприятия и переживания одиночества студентами ССУЗ в целом и в зависимости от их индивидуально-психологических особенностей.

Объект исследования: студенты ССУЗ в возрасте от 16 до 20 лет.

Предмет исследования: восприятие и переживание одиночества студентами ССУЗ.

В исследовании были сформулированы следующие **гипотезы**:

1. В связи с тем, что одиночество представляет собой сложное социально-психологическое явление, обладающее объективной («физическое» или «пространственно-временное» одиночество) и субъективной (осознание, восприятие и переживание) сторонами, между которыми нет полного совпадения, возможно как адек-

ватное определение личностью (студентом ССУЗ) своего положения в системе межличностных связей и отношений, так и неадекватное, в результате чего человек ложно считает себя одиноким, или отказывается признавать себя таковым, несмотря на наличие всех объективных оснований;

2. Негативные и позитивные переживания одиночества связаны с целостным отношением личности к данному явлению и не зависят от того, считает она себя одинокой или нет. Наличие целостного негативного восприятия может порождать «страх одиночества» и соответствующие переживания даже у студентов ни в объективном, ни в субъективном плане не являющихся одинокими.

3. Наличие у личности определенных психологических свойств (интроверсии, высокого уровня тревожности, агрессивности и др.) может увеличивать вероятность того, что она окажется в ситуации одиночества так же, как наличие других свойств (экстраверсии, низкой тревожности и др.), может уменьшать эту вероятность.

В соответствии с выдвинутыми гипотезами были сформулированы следующие **задачи**:

1) определить специфику одиночества как объективного социально-психологического феномена, возникающего в процессе взаимодействия личности с социальным окружением;

2) изучить особенности восприятия студентами ССУЗ самих себя как одиноких или не одиноких людей, а также их целостное отношение к проблеме одиночества;

3) выявить частоту возникновения позитивных и негативных переживаний одиночества у студентов ССУЗ;

4) выявить связи между выраженностью некоторых устойчивых психологических свойств личности студентов и их отношением к проблеме одиночества.

Теоретико-методологическими основами исследования стали:

- сложившиеся в рамках философии и психологии личности идеи о взаимодействии человека с окружающим Миром, обществом и культурой (М.М. Бахтин, Н.А. Бердяев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А. Маслоу, К.Роджерс, Ж.-П. Сартр, З.Фрейд, Э.Фромм, К.Хорни, К.Г. Юнг и др.);

- положения современной психологии о возрастных особенностях развития и социализации личности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.С. Кон, Г.Крейг, Ж.Пиаже, С.Л. Рубинштейн, Д.И. Фельдштейн, П.Фресс, Д.Б. Эльконин и др.);

- социально-психологические теории и концепции общения и формирования взаимоотношений между людьми (Г.М. Андреева, Э.Берн, А.А. Бодалев, В.Н. Куницына, Б.Д. Парыгин, Л.Фестингер, Р.Х. Шакуров, У.Шюц и др.);

- теоретические разработки отечественных и зарубежных психологов в области исследования психических состояний и переживаний личности (Л.М. Аболин, Л.И. Божович, Ф.Е. Василюк, В.К. Вилюнас, Ю.Б. Гиппенрейтер, К.Изард, А.О.Прохоров и др.).

Для решения поставленных задач использовались общенаучные **методы** теоретического исследования (анализ, синтез, обобщение, абстрагирование и т.д.); изучение научной литературы; специальные психологические методы сбора информации: наблюдение, беседы, анкетирование, тестовые опросы (опросник тревожности Ч.Спилберге.ра, опросник диагностики состояния агрессии Басса - Дарки, личностный опросник Г.Айзенка, тест мотивации аффилиции А.Мехрабиана, авторская анкетная методика); методы статистической обработки эмпирической информации (вычисление частот и долей, средних арифметических, мер рассеивания и связи переменных, статистической достоверности коэффициентов и различий между индексами).

Достоверность результатов исследования обеспечивалась опорой на теоретико-методологические идеи, получившие признание в современной науке; использованием методов и конкретных методик, надежность которых была неоднократно показана в психологических исследованиях; проверкой на надежность и валидность методических разработок, подготовленных специально для данного исследования; применением методов статистического анализа, адекватных формам представления количественных данных и типам полученных распределений, проведением исследования на базе достаточной выборки (395 студентов ССУЗ).

Научная новизна исследования заключается в том, что в нем:

а) уточнено социально-психологическое содержание понятия «одиночество», во-первых, как специфической ситуации взаимодействия личности с социальной средой, во - вторых, как переживания, связанного с особенностями этого взаимодействия;

б) получены новые эмпирические данные, характеризующие частоту возникновения объективной ситуации одиночества и ее субъективного осознания личностью, а также модальность целостного отношения к одиночеству (выраженность тенденции к его избеганию) и психологические особенности его переживания студентами ССУЗ;

в) выявлены устойчивые психологические свойства студентов ССУЗ (высокий уровень интроверсии, ситуативной и личностной тревожности, аффилиативного мотива «страх отвержения» и др.), сочетание которых способствует возникновению объективного и субъективно переживаемого одиночества.

Теоретическая значимость исследования. В диссертации рассмотрена проблема одиночества как объективной и субъектив-

ной ситуации, складывающейся во взаимодействии личности с социальной средой, и характеризующейся пространственно-временными («физическое» одиночество), коммуникативными и эмоционально-духовными параметрами, а также субъективным восприятием и переживанием (психологическое одиночество), которое может иметь и отрицательную, и положительную модальность. Эти положения и полученные автором результаты имеют значение для дальнейшего развития социально-психологических исследований личности.

Результаты исследования имеют **практическое значение** в двух основных направлениях. Во-первых, они важны в плане разработки форм и методов организации учебной и воспитательной работы со студентами ССУЗ (а также другими категориями учащихся) с учетом их личностных особенностей. Во-вторых, они представляют интерес для практических психологов, занимающихся консультированием подростков и молодежи. Полученные материалы могут быть также широко использованы в процессе дополнительной подготовки и переподготовки преподавателей и практических психологов в институтах и на курсах повышения квалификации.

Апробация результатов исследования. Основные данные, полученные в исследовании, докладывались на научно-практических конференциях и семинарах: Межрегиональной научно-практической конференции «Психология субъектности. Человек как автор жизни» (Киров, 2001 г.), Всероссийской конференции «Интеграция теории и практики формирования творческой активности студентов педагогических вузов (факультетов)» (Самара, 2001 г.), Международной конференции молодых ученых и аспирантов «Актуальные проблемы современной науки» (Самара, 2001г.), Международной научно-практической конференции «Формы и методы воспитательной работы в Вузе» (Казань, 2001 г.), Всероссийской научно-практической конференции «Современные проблемы социальной психологии» (Пенза, 2001 г.), Российской научной конференции «Человек как субъект жизнедеятельности» (Рязань, 2002 г.), на ежегодных научно-практических конференциях преподавателей Елабужского государственного педагогического университета с 1995 по 2002 г. По материалам диссертации опубликовано 8 печатных работ. Результаты, выводы и прикладные разработки автора используются в практике психологической помощи студентам Елабужского педагогического университета и Елабужского ПТУ №8.

На защиту выносятся следующие **основные положения**.

1. Теоретическое понимание одиночества как социально-психологической ситуации, возникающей во взаимодействии личности с социальным окружением и характеризующейся: а) объек-

тивными, пространственно-временными параметрами («физическое» одиночество); б) субъективным восприятием и переживанием (психологическое одиночество), которое может иметь и отрицательную, и положительную модальность.

2. Эмпирические результаты исследования, демонстрирующие:

а) возможность как адекватного, так и не адекватного определения личностью своего положения в системе межличностных связей и отношений, в результате чего некоторые студенты ССУЗ ошибочно считают себя одинокими, а некоторые отказываются признавать себя одинокими, несмотря на наличие объективных оснований;

б) характерное для студентов ССУЗ снижение ожиданий, связанных с мерой психологической близости с другими людьми, в результате чего отсутствие эмоциональной и духовной близости перестает осознаваться как одиночество.

3. Эмпирические результаты, показывающие, что ряд устойчивых психологических характеристик личности: интроверсия, нейротизм, аффилиативный мотив страх отвержения, ситуативная и личностная тревожность, враждебность, - образуют взаимно коррелирующий комплекс, выраженность которого характерна, во-первых, для студентов, субъективно считающих себя одинокими, во-вторых, для студентов, стремящихся избежать одиночества.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка использованной литературы, насчитывающего 208 наименований и приложения. Общий объем диссертации 160 страниц без Приложения. В тексте диссертации 5 таблиц и 2 рисунка.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении обосновывается актуальность проблемы и кратко рассматривается степень ее научной разработанности, формулируются проблема, цель и задачи исследования, определяется объект и предмет исследования, выдвигаются гипотезы. Кроме того, определена научная новизна проведенного исследования, его теоретическая и практическая значимость, раскрываются положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Теоретико-методологические основы исследования проблемы одиночества» рассматриваются существующие в современной психологической науке теоретические подходы к изучению одиночества и основные результаты накопленных исследований; анализируется сущность одиночества как объективного и субъективного явления; анализируются связанные с ним когнитивные и аффективные процессы, в частности, проблема переживания одиночества; описывается методика исследования.

Теоретическое и художественное осмысление проблемы одиночества имеет древние традиции в целом ряде наук о человеке: философии, психологии, медицине, социологии, педагогике. Тема одиночества нашла также широкое отражение во всех мировых религиях и в творчестве многих выдающихся писателей и поэтов.

В философии проблема одиночества вызывала интерес у мыслителей, придерживавшихся самых разных направлений. Г.В.Ф. Гегель и К.Маркс - использовали более общее понятие «отчуждение» и придавали ему явно негативную смысловую окраску. В их представлении это своеобразная социальная «болезнь», корни которой, скорее, в системе, нежели в самом человеке. Трансценденталисты (Г.Торо, Р.Эмерсон и др.) стали рассматривать одиночество как продукт городской жизни, наполняющий отчаянием сознание духовно и интеллектуально недостаточно развитых людей, и дарующий уединение, необходимое для творческой личности. Большое внимание проблеме уделили экзистенциалисты, однако, их взгляд на проблему был не одинаков. По Ж.-П.Сартру, например, одиночество представляет собой не социальную и не культурологическую, а онтологическую категорию. С его точки зрения, внутренняя изолированность человека в своем «Я» - вот основа любого индивидуального бытия. А.Камю воспринимал одиночество человека как каинову печать современного общества, как порождение деформированного развития современного общества и культуры.

Анализ философской литературы показывает, что понятием «одиночество» обозначаются отличающиеся друг от друга явления. В одних случаях под ним подразумевается пространственно-временная (физическая) изолированность человека. В других - отсутствие у него близких отношений, взаимопонимания с людьми при наличии для этого всех объективных возможностей. Одиночеством называют и добровольный отказ от взаимодействия с социальным окружением или сознательное нежелание сближаться с кем бы то ни было, и вынужденное ограничение моторно-визуальных и (или) информационных связей на тот или иной промежуток времени.

Психологических и социально-психологических исследований проблемы одиночества явно недостаточно. Зарубежные психологи (Д.Перлман и Л.Э. Пепло, 1989) выделяют 8 теоретических подходов к проблеме: психоаналитический, феноменологический, экзистенциальный, социологический, интеракционный, когнитивный, интимный и системный. Мы полагаем, что следует обратить внимание и на подход А.Маслоу, развивавшийся в рамках гуманистической психологии. Однако, эмпирические исследования проблемы велись в основном в рамках интеракционного и когни-

тивного подходов. Результаты их неоднозначны, и, прежде всего, в силу изначально принимаемого большинством исследователей взгляда на одиночество как на исключительно негативное психологическое явление, что, в свою очередь, связано с характерным для западной социальной психологии акцентом на решение прикладных проблем конкретных людей, обращающихся за психологической помощью. Зарубежными социальными психологами одиночество трактуется как психическое состояние или переживание (Р.С. Вейс, У.А. Садлер и Т.Б. Джонсон, В.Серма, Д.И. Янг и др.). При этом обращается недостаточное внимание на его объективную сторону, а позитивные переживания одиночества практически не изучаются.

Ряд авторов предлагают классификацию видов одиночества, основанную либо на его содержании (физическое, эмоциональное, духовное и др. одиночество), либо на длительности, либо на том и другом. Лишь отдельные исследователи (Джде Джонг-Гирвельд и Д.Раадшелдерс) говорят об активном (желаемом, необходимом) и пассивном (вынужденном, пугающем) одиночестве. Активно исследовались личностные свойства, способствующие возникновению одиночества или его отсутствию, а также различные негативные переживания личности, связанные с одиночеством. В частности, выявлено, что одиночество сопровождается депрессией, тревогой, страхом, тоской, скукой, отчаянием и т.д. Выявлены также положительные связи одиночества с низкой самооценкой, робостью, неуверенностью в себе и т.д.

В отечественной психологии проблема одиночества изучалась в работах В.Г. Асеева, Е.В. Бондаревской, Е.И. Головахи и Н.В. Паниной, В.В. Давыдова, Я.Л. Коломинского, И.С. Кона, Л.И. Кононовой, О.Н. Кузнецова и В.И. Лебедева, Р.С. Немова, Ю.М. Орлова, З.Н. Сафиной, Ю.М. Швалба и О.В. Данчевой и др., но чаще в общем виде. В целом, в отечественных исследованиях проблемы одиночества имеется явный недостаток эмпирических данных.

В нашем исследовании мы опираемся на понимание сущности одиночества как специфической ситуации, сложившейся в системе социальных, межличностных связей и отношений человека, для которой характерно его изолированное положение в тех или иных аспектах этих связей и отношений. Центральным оказывается понятие ситуации, которая понимается как единица взаимодействия субъекта с окружающим миром, для которой характерна относительная неизменность основных параметров этого взаимодействия и, как следствие, наличием у нее целостного содержания и смысла (Б.С. Алишев, 2001). Ситуация в строгом смысле не является ни объективным, ни субъективным явлением. В ней происходит слияние и взаимное проникновение того и другого. В силу того, что

взаимодействие людей с внешним миром подчиняется определенным общим закономерностям, возникают типичные ситуации, которые часто повторяются и в которые попадают разные люди.

Такое понимание дает возможность классифицировать ситуации. Одиночество - одна из типичных ситуаций жизнедеятельности, в которой оказываются многие люди, имеющая ряд разновидностей. Классификация видов одиночества проведена нами по трем основаниям: а) по уровням взаимодействия человека с окружающим социальным миром, б) по временной протяженности (длительности), в) по происхождению (причинам, факторной структуре). В рамках первого основания классификация мы выделили ситуации одиночества 4 уровней:

а) *физическое* (пространственное) одиночество, делающее невозможными любые формы контактов человека с другими людьми, кроме виртуальных: ситуация Робинзона, одиночного плавания и т.д.;

б) *коммуникативное* одиночество, наблюдаемое при более или менее длительном нахождении среди множества незнакомых людей: ситуация командировки в неизвестную местность, новичка в группе и др.;

в) *эмоциональное* одиночество, имеющее место при отсутствии доверительно близких, в том числе интимных отношений с кем-либо из окружающих людей, несмотря на наличие контактов и общения с ними;

г) *духовное* одиночество, понимаемое нами как отсутствие у человека духовного взаимопонимания с кем бы то ни было, несмотря на наличие и взаимодействия, и общения, и эмоциональных отношений.

Второе основание классификации позволяет говорить об *эпизодическом* и *хроническом* одиночестве. По третьему из оснований нами выделяются две сильно отличающиеся друг от друга в субъективном восприятии и оценке разновидности одиночества: *добровольное* и *вынужденное*.

Очевидно, что психологические следствия, вытекающие из ситуаций одиночества, являются когнитивными, аффективными и поведенческими, причем три этих аспекта могут рассматриваться и в отдельности, и в комплексе. Имеющиеся в психологии данные указывают на то, что одиночество нельзя сводить только к его аффективным составляющим и понимать в качестве некоего чувства или психического состояния, отличающегося от всех других чувств и состояний. В одиночестве у человека возникают разные эмоции и чувства, разные психические (эмоциональные, в том числе) состояния, но эти же чувства, эмоции и состояния могут возникать в иных ситуациях. Отсюда следует ряд выводов.

Во-первых, не существует особого чувства или психического состояния одиночества, которое можно было бы отделить от других, или хотя бы особых эмоций, характерных только для одиночества. Во-вторых, человек связывает различные свои чувства и эмоции с ситуацией одиночества, в которой себя осознает, и только тогда, найдя причину, соединяет чувство, эмоцию с причиной в одно целое. В-третьих, в протяженной жизненной ситуации, идентифицируемой индивидом как одиночество, у него возникают разные эмоции и чувства, которые могут и накладываться друг на друга во времени, и следовать друг за другом. Исходя из сказанного, мы считаем, что наиболее точным понятием, обозначающим целостную реакцию человека на ситуацию, в том числе ситуацию одиночества, является понятие «переживание». В первую очередь, оно применимо для обозначения реакции на сравнительно длительные ситуации, на значимые ситуации жизни. Человек переживает ситуацию, «тратит» на нее время своей жизни, а также осмысливает и прочувствует ее.

Переживание, с нашей точки зрения, представляет собой процесс осознания и прочувствования личностного значения и смысла факта, события, ситуации, в котором происходит непрерывное взаимодействие когнитивных и аффективных компонентов при сохранении результирующей роли последних. Большое значение для нашего исследования имеют положения, сформулированные Л.С. Выготским и развитые впоследствии Л.И. Божович, о переживании как центральной единице психического. Место и функции переживания в структуре личности меняются (усиливаются) в процессе психического развития. Постепенно оно становится центром душевной жизни, ее главным стержнем. Переживание, являясь первоначально средством ориентации человека в его взаимоотношениях с окружающей средой, приобретает затем самостоятельное значение и само выступает в качестве той психологической реальности, в которой человек начинает испытывать потребность.

Таким образом, переживание одиночества"включает в себя, во-первых, самоопределение себя в качестве одинокого или не одинокого человека. Здесь проявляет себя когнитивный аспект переживания, и необходимо отметить, что такое самоопределение может быть адекватным, т.е. соответствовать действительности, но оно может оказаться и неадекватным. В последнем случае человек либо отказывается признавать свое одиночество, либо безосновательно считает себя одиноким. Наличие такого несовпадения позволяет говорить об объективном и субъективном одиночестве. Во-вторых, переживание одиночества включает в себя его целостное восприятие и целостное отношение к нему либо как к негативному явлению, которое должно избегаться, либо как к по-

зитивному (нейтральному). В-третьих, переживание одиночества включает в себя конкретные чувства и эмоции.

Во второй главе «**Экспериментальное исследование форм переживания одиночества в юношеском возрасте**» излагаются основные результаты, полученные в ходе исследования 400 студентов ССУЗ. В первом параграфе описываются и анализируются выявленные соотношения между объективным и субъективным одиночеством, а также между различными типами его переживания. Основные данные представлены в Таблице 1.

Таблица №9 1

**Показатели объективной и субъективной меры
одиночества студентов ССУЗ
(в абсолютных частотах и в %)**

N	Виды одиночества	Общее кол-во (N = 384)	Субъективно оди- ночные (N = 152)		Субъективно не одиночные (N = 232)	
			Исбегющие одиночества (N = 110)	Не избегаю- щие (N = 42)	Исбегющие одиночества (N = 194)	Не избегаю- щие (N = 38)
1	Наличие коммуника- тивного одиночества	137 (34,3)	58 (52,7)	31 (73,8)	33 (17,0)	15 (39,5)
2	Наличие эмоцио- нального одиночес- тва	176 (44,1)	75 (68,2)	32 (76,2)	53 (27,3)	16 (42,1)
3	Наличие духовного одиночества	215 (56,0)	82 (74,5)	34 (81,0)	82 (42,3)	17 (44,7)
4	Наличие всех трех видов у одного чело- века	57 (14,9)	32 (29,1)	20 (47,6)	3 (1,5)	2 (5,3)
5	Наличие двух видов у одного человека:	126 (32,8)	49 (44,5)	17 (40,5)	46 (23,7)	14 (36,8)
	а) коммуникативного и эмоционального,	29 (7,6)	11 (10,0)	6 (14,3)	6 (3,1)	6 (15,8)
	б) коммуникативного и духовного,	31 (8,1)	11 (10,0)	5 (11,9)	13 (6,7)	2 (5,3)
	в) эмоционального и духовного.	66 (17,1)	27 (24,52)	6 (14,3)	27 (13,9)	6 (15,8)
6	Наличие хотя бы одного вида:	105 (27,3)	21 (19,1)	3 (7,1)	67 (34,5)	14 (36,8)
	а) только коммуни- кативного,	20 (5,3)	4 (3,6)	0	11 (5,7)	5 (13,2)
	б) только эмоцио- нального,	24 (6,3)	5 (4,5)	0	17 (8,8)	2 (5,3)
	в) только духовного.	61 (15,7)	12 (10,9)	3 (7,1)	39 (20,1)	7 (18,4)
7	Полное отсутствие одиночества	96 (25,0)	8 (7,3)	2 (4,8)	78 (40,2)	8 (21,1)

Из нее видно, что большая часть студентов ССУЗ (три четверти) хорошо знакомы с изучаемым нами явлением. Если говорить о конкретных видах одиночества, то наиболее частой является ситуация духовного одиночества, а наименее частой - коммуникативного одиночества. Иными словами, чисто коммуникативные связи и контакты у студентов ССУЗ выражены сильнее, чем духовно-аффилиативные. Здесь нетрудно видеть проявление так называемого «одиночества в толпе». Коммуникативные связи в условиях урбанизированного общества развиты у многих, а эмоциональная и духовная близость с другими людьми часто отсутствует.

С другой стороны, обращает на себя внимание то, что именно наличие коммуникативного одиночества оказывает наибольшее влияние на признание себя одиноким. Почти две трети студентов, указывающих на ограниченность своих коммуникативных контактов признают себя одинокими, тогда как такое же признание делают лишь 54% тех студентов, которые заявляют об отсутствии у них духовно близких связей с кем бы то ни было. Отсюда следует, что многие студенты приспосабливаются к общим социальным условиям: они снижают уровень требований к собственному межличностному взаимодействию и рассматривают ограниченность духовных и отчасти эмоциональных связей с другими людьми как норму.

Разделение выборки студентов на тех, кто считает себя одинокими, и тех, кто не считает себя таковыми, дало следующие результаты: в первой группе оказалось 152 (39,3%) человека, во второй - 232 (60,7%). Обнаружилось отсутствие полного совпадения данных по объективному и субъективному одиночеству. Это означает, что некоторые студенты считают себя одинокими, несмотря на то, что по объективным параметрам оно у них отсутствует или выражено слабо, а часть отрицает наличие одиночества, хотя, казалось бы, для этого есть все основания. Например, 65 студентов (16,9% всей выборки) не считают себя одинокими, хотя у них имеется, как минимум, две разновидности одиночества: чаще всего сочетаются эмоциональное и духовное, - а у некоторых даже три. В то же время, 10 человек считают себя одинокими, несмотря на удовлетворенность своими коммуникативными, эмоциональными и духовными связями с другими людьми.

Объективная мера одиночества снижается у тех, кто предпринимает усилия к тому, чтобы его избежать. В общей сложности 80 студентов (20,8% опрошенных), в том числе 53 человека с высоким и средним уровнем объективного одиночества (29% представителей этих групп) не стремятся его избегать. Только их можно считать людьми, имеющими определенную склонность к одиночеству, добровольно его выбирающими. Среди тех, кто объективно находится в явном одиночестве, довольно много студентов (около

40%), по-видимому, удовлетворенных своим положением, а также привыкших к нему и потерявших надежду что-либо изменить.

При сравнении данных о субъективном определении себя как одинокого (или не одинокого) и о наличии или отсутствии стремления к избеганию одиночества выяснилось следующее. Среди студентов, считающих себя одинокими, не стремятся изменить свою жизненную ситуацию 42 человека, что составляет 27,6% от общей численности данной группы. Среди студентов, не считающих себя одинокими, не предпринимают никаких специальных усилий, чтобы сохранить свое положение в системе межличностных связей 38 человек (16,2% от общей их численности). Поскольку среди последних много студентов, никогда не испытывавших одиночества и не имеющих о нем полного представления, постольку считать людьми, склонными к одиночеству можно только первых. Эти данные позволяют говорить о том, что примерно 9-10% студентов ССУЗ объективно одиноки, осознают свое одиночество и не стремятся изменить свою жизненную ситуацию.

Если люди называли себя одинокими и при этом не стремились избежать одиночества, то наиболее часто они указывали на следующие чувства: спокойствие - 57,1%, скука - 52,4%, тревога - 42,9%, равнодушие, безразличие - 36,7%, смирение - 33,3%. Если же такое стремление у них имелось, то актуальными становились такие переживания: тревога - 62,7%, скука - 50,0%, жалость и сочувствие к себе - 47,3%, плохое настроение - 41,8%, тоска - 35,5%. Как можно видеть, две эмоции - тревога и скука - совпадают в обеих группах, а остальные отличаются.

Субъективно одинокие студенты по-разному реагируют на одиночество в зависимости от того, как они сами к нему относятся. Очевидно, что тех, кто стремится его избегать, оно тревожит и пугает гораздо сильнее, чем тех, кто к этому не стремится. Очевидно также, что первые при этом испытывают негативные переживания, связанные с неудовлетворенностью своим положением в сложившейся вокруг них системе социальной и межличностной коммуникации. Для вторых же характерно преобладание спокойствия, смирения, безразличия. Студенты, позитивно переживающие одиночество, представляют себе уединение как вполне удовлетворительную ситуацию. Они часто спокойны, расслаблены, а иногда чувствуют прилив творческих сил.

Необходимо отметить также, что есть много общего в восприятии и переживании одиночества в зависимости оттого, стремится ли человек его избегать или нет. Оказалось, что у всех студентов, стремящихся избежать одиночества, наблюдается общая структура переживаний, не зависящая от субъективного самоопределения себя как одинокого или не одинокого человека. Противо-

положная структура переживаний, но тоже общая, не зависящая от признания или не признания себя одиноким, наблюдается у студентов, не стремящихся избежать одиночества

В какой мере субъективное переживание одиночества связано с особенностями личности? Для ответа на поставленный вопрос было проведено тестирование студентов по ряду методик: личностному опроснику Г.Айзенка, опроснику мотивации аффилиации А.Мехрабиана, тесту тревожности Ч.Спилбергера, тесту агрессии Басса-Дарки. Полученные данные приведены в Таблице 2.

Таблица № 2

**Показатели выраженности различных личностных свойств
среди субъективно одиноких и не одиноких
студентов ССУЗ**

N	Свойства личности	ГРУППЫ СТУДЕНТОВ					
		«Одинокие» студенты			«Не одинокие» студенты		
		В целом (152)	Не избегающие одиночества (42)	Избегающие одиночества (110)	В целом (232)	Не избегающие одиночества (38)	Избегающие одиночества (194)
1	Экстраверсия-интроверсия	13,4	13,64	13,31	14,67	13,70	14,86
2	Нейротизм	16,10	18,23	15,29	13,94	16,50	13,43
3	СП	124,35	127,27	123,24	140,48	127,95	142,98
4	СО	145,25	141,59	146,64	122,88	125,0	122,46
5	РТ	33,89	32,14	34,55	31,96	31,80	31,99
6	ЛТ	51,71	52,95	51,24	45,84	49,50	45,11
7	Враждебность	13,75	12,91	14,07	11,90	13,7	11,54
8	Агрессивность	22,44	21,14	22,93	20,98	21,2	20,94

Примечание: t-критерий Стьюдента показывает:

- по экстраверсии-интроверсии значимые на уровне 0,01 различия между 1-ой и 4-ой, 3-ей и 6-ой ячейками таблицы;
- по нейротизму значимые на уровне 0,01 различия между 1-ой и 4-ой, 5-ой и 6-ой ячейками (между 2-ой и 3-ей ячейками есть различия, значимые на уровне 0,05);
- по аффилиативному мотиву СП между 1-ой и 4-ой, 2-ой и 3-ей, 3-ей и 6-ой, 5-ой и 6-ой ячейками;
- по аффилиативному мотиву СО между 1-ой и 4-ой, 2-ой и 3-ей, 2-ой и 4-ой, 3-ей и 6-ой ячейками;
- по реактивной тревожности значимое на уровне 0,05 различие есть между 3-ей и 6-ой ячейками;
- по личностной тревожности значимые на уровне 0,01 различия между 1-ой и 4-ой ячейками, значимые на уровне 0,05 между 2-ой и 3-ей, 5-ой и 6-ой ячейками;
- по враждебности имеются значимые на уровне 0,01 различия между 1-ой и 4-ой, 3-ей и 6-ой, 5-ой и 6-ой ячейками;
- по агрессивности есть значимые на уровне 0,01 различия между 1-ой и 4-ой колонками, на уровне 0,05 между 2-ой и 3-ей колонками.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что субъективное определение себя в качестве одинокого или не одинокого человека, а также отрицательное и положительное переживание одиночества, результирующие в наличии или отсутствии стремления к его избеганию, связаны с выраженностью ряда психологических свойств личности студентов.

В частности, субъективно одинокие студенты имеют пониженные показатели экстраверсии, affiliативного мотива «стремление к принятию» и повышенные показатели affiliативного мотива «страх отвержения», нейротизма, реактивной и личностной тревожности, враждебности и агрессивности; у субъективно не одиноких студентов наблюдаются противоположные показатели.

Студенты, избегающие одиночества и негативно его переживающие, имеют более высокий показатель по affiliативному мотиву «стремление к принятию», тогда как студенты, не избегающие одиночества, имеют более высокий показатель по нейротизму и личностной тревожности (по остальным изучавшимся психологическим свойствам эти две группы студентов ССУЗ имеют одинаковые показатели).

Субъективно не одинокие студенты, избегающие и не избегающие одиночества, отличаются тем, что первые имеют более высокую выраженность affiliативного мотива СП, а вторые - нейротизма, личностной тревожности и враждебности. Субъективно одинокие студенты, избегающие и не избегающие одиночества, отличаются тем, что первые имеют более выраженную агрессивность, а вторые - affiliативный мотив СП.

Субъективно одинокие и не одинокие студенты, избегающие одиночества, отличаются друг от друга по большинству изучавшихся личностных свойств: первые имеют более высокие показатели по affiliативному мотиву СО, нейротизму, личностной тревожности и враждебности; вторые - по affiliативному мотиву СП и экстраверсии. Субъективно одинокие и не одинокие студенты, не избегающие одиночества, отличаются друг от друга только по одному личностному свойству: первые имеют более высокие показатели по affiliативному мотиву СО.

Проведенное исследование позволило сделать следующие основные **выводы:**

1. При переходе из средней школы в ССУЗ абитуриент сталкивается с необходимостью приспособиться к совершенно новой социальной обстановке. Этот переход меняет положение человека в системе социальных и межличностных связей и приводит к резкому увеличению числа молодых людей, считающих себя одинокими.

2. Полученные в исследовании результаты говорят о том, что субъективное осознание себя одиноким или не одиноким тесно связано с ограниченностью коммуникативных (прежде всего), эмоциональных и духовных связей с окружающими людьми, но, в то же время, для части студентов ССУЗ характерна неадекватность восприятия своего положения, т.е. определение себя как одинокого при отсутствии серьезных оснований для этого и определение себя как не одинокого при наличии многих признаков объективного одиночества.

3. Для большинства студентов ССУЗ характерно понимание одиночества как жизненной ситуации, вызывающей негативные переживания, что вызывает у них стремление его избежать. Наличие такого стремления в большей степени характерно для студентов, в субъективном плане не считающих себя одинокими, что может являться косвенным доказательством того, что часть из них неадекватно оценивает свое положение и на самом деле находится в ситуации одиночества. Меньшинство связывает с одиночеством положительные переживания и не выражает стремления изменить свою жизненную ситуацию, хотя и среди них имеются те, кто неадекватно считают себя одинокими.

4. Субъективное определение себя в качестве одинокого или не одинокого человека, а также отрицательное и положительное переживание одиночества, результирующие в наличии или отсутствии стремления к его избеганию, связаны с выраженностью ряда психологических свойств личности студентов: экстраверсии - интроверсии, нейротизма, affiliативного мотива «стремление к принятию», affiliативного мотива «страх отвержения», реактивной и личностной тревожности, враждебности, агрессивности.

5. Полученные результаты позволяют говорить о том, что наличие тенденции к избеганию одиночества и негативному его переживанию является характерным для двух личностных типов студентов ССУЗ: а) экстравертов с выраженным affiliативным мотивом «стремление к принятию» и с низкими показателями по всем остальным изучавшимся личностным свойствам; б) интровертов с выраженным affiliативным мотивом «страх отвержения», с наивысшими показателями реактивной тревожности, враждебности и агрессивности и со средними показателями по другим изучавшимся свойствам.

6. Среди студентов ССУЗ, не избегающих одиночества и в основном положительно или нейтрально его переживающих, не представляется возможным выделить четко очерченные психологические типы.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях:

1. Развитие творческой активности студентов как аспект преодоления одиночества // Интеграции теории и практики формирования творческой активности студентов педагогических вузов: Материалы Всероссийской конференции. - Самара, 2001. - С. 404-405.
2. Феномен одиночества в субъектности студентов // Психология субъектности. Человек как автор жизни: Материалы межрегиональной научно-практической конференции. - Киров, 2001. - С. 102-106.
3. Использование воспитательного потенциала семьи в профилактике одиночества // Формы и методы воспитательной работы в вузе. Сборник научных трудов и материалов VIII Международной научно-практической конференции. - Казань, 2001. - С. 244-245.
4. Феномен одиночества в социальной психологии // Современные проблемы социальной психологии: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. - Пенза, 2001. - С. 26-28.
5. Одиночество - как феномен социального бытия // Актуальные проблемы современной науки: Тезисы докладов 2-й Международной конференции молодых ученых и студентов. - Самара, 2001. - С. 150-151.
6. Переживание одиночества как одно из проявлений субъектности в юношеском возрасте // Человек как субъект жизнедеятельности: Материалы IX Российской научной конференции. - Рязань, 2002. - С 63-64.
7. Одиночество и его переживание студентами ССУЗ // Казанский педагогический журнал - 2003. - №2. - С. 55-60.
8. Одиночество и проблемы социальной адаптации студентами ССУЗ // Наука и школа. - 2003. - №4. - С. 8-9.

